# SIWAK : Si Kayu Ajaib Pelindung Gigi

SubhanaLlah, Maha suci Allah… sungguh indah dan sempurna agama yang diturunkan-Nya, sungguh mulia hukum-hukum yang disyariatkan-Nya, karena tak ada satupun dari apa-apa yang diturunkan-Nya dan apa-apa yang diciptakan-Nya kecuali pasti ada manfaat dan hikmahnya. Kesempurnaan islam ini benar-benar tiada bandingannya oleh agama-agama selainnya. Diantara kesempurnaan Islam adalah syariat bagi ummatnya untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, seperti kewajiban *istinja'* setelah buang air, mandi *janabat* setelah *junub,* bahkan banyak sekali hikmah-hikmah syariat yang tersingkap dalam ajaran islam yang telah dibuktikan oleh sains modern, seperti khasiat madu, *habbatus sawda'* (jinten hitam), minyak zaitun hingga 'si kayu ajaib' *siwak* yang bermanfaat bagi kesehatan gigi dan gusi. Mari kita kupas apa manfaat kayu siwak ini bagi kesehatan gigi…

Sejak zaman dahulu, manusia telah mengenal beberapa variasi teknik dalam membersihkan gigi. Mulai dari bulu ayam, duri landak, tulang hingga kayu dan ranting-ranting digunakan sebagai alat pembersih gigi. Masyarakat arab sebelum kedatangan islam, menggunakan akar dan ranting kayu dari pohon arak (*Salvadora persica*) yang hanya dapat tumbuh di daerah asia tengah dan afrika, yang belakangan diketahui sebagai alat pembersih gigi terbaik hingga saat ini. Setelah kedatangan islam, RasuluLlah menetapkan penggunaan siwak sebagai sunnah beliau yang sangat dianjurkan, bahkan beliau bersabda : "*Seandainya tidak memberatkan ummatku, maka aku perintahkan mereka untuk bersiwak setiap akan wudhu*" (*Muttafaq 'alaihi*). Hal ini menunjukkan bahwa RasuluLlah adalah orang pertama yang mendidik manusia dalam memelihara kesehatan gigi.

Siwak berbentuk batang, diambil dari akar dan ranting segar tanaman arak (*Salvadora persica*) yang berdiameter mulai dari 0,1 cm sampai 5 cm. Pohon Arak adalah pohon yang kecil, seperti belukar dengan batang yang bercabang-cabang, diameternya lebih dari 1 kaki, jika kulitnya dikelupas warnanya agak keputihan dan memiliki banyak juntaian serat. Akarnya berwarna coklat dan bagian dalamnya berwarna putih, aromanya seperti seledri dan rasanya agak sedikit pedas.

Siwak berfungsi mengikis dan membersihkan bagian dalam mulut. Kata siwak diambil dari kata arab '*yudlik*' yang artinya adalah 'memijat' (yakni memijat bagian dalam mulut). Jadi siwak lebih dari hanya sekedar sikat gigi biasa. Selain itu, batang siwak memiliki serat batang yang elastis dan tidak merusak gigi walau dibawah tekanan yang keras, bahkan batang siwak yang berdiameter kecil, memiliki kemampuan fleksibilitas yang tinggi untuk menekuk ke daerah mulut secara pas untuk mengeluarkan

sisa-sisa makanan dari sela-sela gigi dan menghilangkan plaque. Siwak juga aman dan sehat bagi perkembangan gusi.

Perlu diketahui, bahwa sisa-sisa makanan yang ada pada sela-sela gigi, menjadikan lingkungan mulut sangat baik untuk aktivitas pembusukan yang dilakukan oleh berjuta-juta bakteri yang dapat menyebabkan gigi berlubang, gusi berdarah dan munculnya kista. Selain itu, bakteri juga menghasilkan enzim perusak yang 'memakan' kalsium gigi sehingga menyebabkan gigi menjadi keropos dan berlubang. Bahkan, pada beberapa keadaan bakteri juga menghasilkan gas sisa aktivitas pembusukan yang menyebabkan bau mulut menjadi tak sedap.

Penelitian terbaru terhadap kayu siwak menunjukkan bahwa siwak mengandung mineral-mineral alami yang dapat membunuh bakteri, menghilangkan plaque, mencegah gigi berlubang serta memelihara gusi. Siwak memiliki kandungan kimiawi yang bermanfaat, seperti :

- *Antibacterial acids*, seperti astringents, abrasive dan detergents yang berfungsi untuk membunuh bakteri, mencegah infeksi dan menghentikan pendarahan pada gusi. Pada penggunaan siwak pertama kali, mungkin terasa pedas dan sedikit membakar, karena terdapat kandungan serupa *mustard* di dalamnya yang merupakan substansi antibacterial acids tersebut.
- Kandungan kimia seperti Klorida, Pottasium, Sodium Bicarbonate, Fluoride, Silika, Sulfur, Vitamin C, Trimethyl amine, Salvadorine, Tannins dan beberapa mineral lainnya yang berfungsi untuk membersihkan gigi, memutihkan dan menyehatkan gigi dan gusi. Bahan-bahan ini sering diekstrak sebagai bahan penyusun pasta gigi.
- Minyak aroma alami yang memiliki rasa dan bau yang segar, menjadikan mulut menjadi harum dan menghilangkan bau tak sedap.
- Enzim yang mencegah pembentukan plaque yang menyebabkan radang gusi. Plaque juga merupakan penyebab utama tanggalnya gigi secara premature.
- *Anti decay agent* (Zat anti pembusukan), yang menurunkan jumlah bakteri di mulut dan mencegah proses pembusukan. Selain itu siwak juga turut merangsang produksi *saliva* (air liur) lebih, dimana saliva merupakan organik mulut yang melindungi dan membersihkan mulut.

Sebuah penelitian terbaru tentang '*Periodontal Treatment*' (Perawatan gigi secara periodik/berkala) dengan mengambil sample terhadap 480 orang dewasa berusia 35-65 tahun di kota Makkah dan Jeddah oleh para ilmuwan dari King Abdul Aziz University, Jeddah, menunjukkan bahwa *Periodontal treatement* untuk masyarakat Makkah dan Jeddah adalah lebih rendah daripada studi yang dilakukan terhadap negara-negara lain, hal ini mengindikasikan bahwa penggunaan siwak berhubungan sangat erat terhadap rendahnya kebutuhan masyarakat Makkah dan Jeddah terhadap '*Periodontal Treatment*'.

Penelitian lain dengan menjadikan bubuk siwak sebagai bahan tambahan pada pasta gigi dibandingkan dengan penggunaan pasta gigi tanpa campuran bubuk siwak menunjukkan bahwa prosentase hasil terbaik bagi kebersihan gigi secara sempurna adalah pasta gigi dengan butiran-butiran

bubuk siwak, karena butiran-butioran tersebut mampu menjangkau sela-sela gigi secara sempurna dan mengeluarkan sisa-sisa makanan yang masih bersarang pada sela-sela gigi. Sehingga banyak perusahaan-perusahaan di dunia menyertakan bubuk siwak ke dalam produk pasta gigi mereka. WHO pun turut menjadikan siwak termasuk komoditas kesehatan yang perlu dipelihara dan dibudidayakan. Mari kita budayakan hidup sehat dengan bersiwak…!!! (Ibnu Burhan)

**Daftar Pustaka :**

- Al-Mostehy, DR M. Ragaii, and friends, journal of SIWAK AS AN ORAL HEALTH DEVICE, Kuwait, 1991.
- K.,Almas, abstract journal of THE EFFECT OF SALVADORA PERSICA EXTRACT (MISWAK) AND CHLOREXIDINE GLUCONATE ON HUMAN DENTIN, Department of Preventive Dental Sciences, King Saud University College of Dentistry, Riyadh, Kingdom of Saudi Arabia, 1995.
- Lafi,T. and Ababneh,H. abstract journal of THE EFFECT OF THE EXTRACT OF THE MISWAK (CHEWING STICK) USED IN JORDAN AND THE MIDDLE EAST ON ORAL BACTERIA, Department of Periodontology, University of Wales College of Medicine Dental School, Carddiff, United Kingdom, 1995.
- Hardie,J. and Ahmed,K. abstract journal of THE MISWAK AS AN AID IN ORAL HYGIENE, J. Philipp Dental Association, 1995.
- Al-Khateeb,TL and friends, abstract journal of PERIODONTAL TREATMENT NEEDS AMONG SAUDI ARABIAN ADULTS AND THEIR RELATIONSHIP TO THE USE OF MISWAK, King Abdul Aziz University, Jeddah, Kingdom of Saudi Arabia, 1991.